**Siedmiolatek bezpieczny w Internecie. Sprawdzamy czy Chat GPT może pomóc w edukowaniu dzieci o cyberbezpieczeństwie**

**Coraz młodsze dzieci regularnie korzystają z Internetu. Badania wskazują, że 35% dzieci zaczyna korzystać z własnego telefonu komórkowego w wieku 7-8 lat[[1]](#footnote-1). Dzieci bardzo szybko i łatwo uczą się technologii używać, a bez naszego wsparcia nie zdobędą wiedzy dotyczącej bezpiecznych zachowań w sieci. O to, w jaki sposób zapewnić najmłodszym cyberbezpieczeństwo zapytaliśmy… Sztuczną Inteligencję (AI). Wsparciem w edukacji internetowej są oczywiście także szkoły. Trwa w nich program edukacyjny „Akademia Bezpiecznego Puchatka”, podczas którego uczniowie zdobywają wiedzę także o tym, jak zachować bezpieczeństwo w przestrzeni online.**

**Rozpoznawaj cyberprzemoc i chroń superbohatera „Akademii Bezpiecznego Puchatka” w świecie AI**

Na szczęście zarówno rodzice, jak i dzieci mają dużą świadomość tego, jak zadbać o cyberbezpieczeństwo. Obydwie grupy potrafią wymienić[[2]](#footnote-2) skuteczne sposoby na ochronę w Internecie**: prawie 75% rodziców i ponad 80% dzieci wskazuje, że nie należy udostępniać danych, haseł, a także nie wysyłać zdjęć**. **Około 72% rodziców oraz dzieci pamięta, że ludzie w Internecie mogą nie być tymi, za kogo się podają**. Ma to także ogromne znaczenie w dobie rozwoju technologii AI, dzięki której nieuczciwe osoby mogą podszywać się pod innych, autentycznych użytkowników Internetu.

**Jak zatem połączyć świadomość z zadbaniem o bezpieczeństwo małego superbohatera „Akademii Bezpiecznego Puchatka”?** Kluczem jest otwarta komunikacja i znajomość narzędzi:

- *Najgorszą rzeczą, którą może zrobić rodzic, jest wycofanie się ze świata cyfrowego swojego dziecka i założenie, że poradzi sobie ono samo w sieci. Niestety, nie poradzi sobie. Jako rodzice powinniśmy być dla naszych dzieci nie tylko przewodnikami w świecie realnym, ale również pierwszymi edukatorami medialnymi. Aby podejść do tego w odpowiedni sposób, najpierw musimy zrozumieć, że świat internetu jest dla nich bardzo ważny, a jako narzędzie może zaspokoić wiele potrzeb. Nie powinniśmy także zakładać, że nasze dzieci wiedzą, jak w sposób kreatywny, bezpieczny i higieniczny korzystać z tabletów, smartfonów czy gier. Nie zawsze mają świadomość, jak to robić i często wpadają w najbardziej szkodliwy dla zdrowia czas ekranowy - tak zwany passive screen time - czyli czas bezmyślnego scrollowania. Bądźmy bliżej nich i poświęćmy więcej uwagi temu, co robią w sieci*  – **mówi Maciej Dębski z fundacji Dbam o Mój Zasięg**.

**ChatGPT radzi – postępuj z rozwagą!**

Sztuczna inteligencja to temat, który rozpala wyobraźnię wielu osób. Nie można jej uniknąć, jest coraz powszechniej stosowana w wielu obszarach: w aplikacjach, na stronach, w chatbotach… dlatego zamiast jej unikać, lepiej nauczyć się, jak mądrze z niej korzystać. Postanowiliśmy sprawdzić, co Chat GPT wie o cyberbezpieczeństwie najmłodszych. Oto kilka cennych podpowiedzi:

* **Edukuj** – najważniejsze jest poświęcenie dziecku czasu i uczenie o bezpiecznym korzystaniu z technologii, rozpoznawaniu potencjalnych zagrożeń i radzeniu sobie z nimi.
* **Komunikuj się** – bez komunikacji trudno o efektywną edukację. Zwracaj uwagę na to, jak spędza czas Twoje dziecko i rozmawiaj z nim o tym, jak korzystać z Internetu oraz co można tam znaleźć. Pomóż mu zrozumieć, że narzędzia, takie jak AI służą do nauki i rozrywki, ale nie zastępują prawdziwych relacji interpersonalnych i nauki od ludzi.
* **Nadzoruj** – choć to słowo może brzmieć groźnie, nie warto bać się troskliwej opieki. Monitorowanie tego, jak dziecko korzysta z technologii, pozwala upewnić się, że ma bezpieczne i pozytywne doświadczenia.
* **Ustal ograniczenia czasowe** – ograniczenia czasowe na korzystanie z urządzeń i aplikacji mogą pomóc w zapobieganiu nadmiernemu spędzaniu czasu przed ekranem oraz potencjalnemu uzależnieniu od urządzeń.
* **Wybieraj odpowiednie aplikacje i zabawki** – jeśli znajdziesz w Internecie gry oparte np. na sztucznej inteligencji, sprawdź, czy są przeznaczone konkretnemu przedziałowi wiekowemu i zawierają treści odpowiednie dla rozwoju dziecka. Gry powinny mieć oznaczenie wiekowe dla konkretnej grupy dzieci.

Najważniejsza jest uważność – każdy opiekun powinien poświęcać swojemu dziecku czas i uwagę, aby wiedzieć, jakie są jego zainteresowania i problemy. Budując w relacji z dzieckiem zaufanie możemy mieć nadzieję, że w przypadku wątpliwości wróci do nas z pytaniem czy prośbą o pomoc.

**Pomóż swojemu dziecku zdobyć supermoce dzięki „Akademii Bezpiecznego Puchatka”**

Niemal każde dziecko uwielbia oglądać bajki o superbohaterach. Nie każde jednak wie o tym, że przy odrobinie zaangażowania każdy może mieć swoje supermoce! „Akademia Bezpiecznego Puchatka” to prawdziwa kuźnia superbohaterów, bo tak możemy powiedzieć o dzieciach, które znają zasady bezpieczeństwa i potrafią je zapewnić sobie i swojemu otoczeniu. W końcu główne zadanie bajkowych i filmowych postaci to właśnie zapewnienie bezpieczeństwa światu i jego mieszkańcom. Zapytaliśmy o zasady bezpieczeństwa w Internecie także dzieci. **Szymon, uczestnik programu, opowiada o bezpieczeństwie w Internecie**:

- *Chcę zostać superbohaterem i chronić innych, więc od razu zwróciłem uwagę na to, jak rozmawiam z ludźmi w Internecie. Bo bardzo ważne jest reagowanie na hejt i dbanie o swoich przyjaciół. Kiedy coś jest nie tak, trzeba prosić o pomoc dorosłych* – **mówi Szymon**.

**Klasa i szkoła Twojego dziecka również mogą dołączyć do grona Superbohaterów. Zapisy do „Akademii Bezpiecznego Puchatka” wciąż trwają**

„Akademia Bezpiecznego Puchatka” to ogólnopolski, bezpłatny program dla szkół, w ramach którego placówkom edukacyjnym dostarczane są zestawy materiałów edukujących dotyczących bezpieczeństwa w pięciu obszarach: szkoła, dom, relacje z rówieśnikami, droga oraz właśnie Internet. Akcja zwraca szczególną uwagę na takie zjawiska jak cyberprzemoc, hejt, uzależnienia od urządzeń czy relacje.

Trwają zapisy do tegorocznej edycji programu – warto zachęcić szkołę swojego dziecka do uczestnictwa. Zapisy do XV edycji odbywają się na stronie [Zgłoś Swoją Szkołę](https://akademiapuchatka.pl/zglos-szkole/), gdzie dostępny jest specjalny formularz. Następnie każda zgłoszona szkoła otrzymuje pakiet materiałów edukacyjnych, a cykl lekcji zakończy Ogólnopolski Test Bezpieczeństwa. Po wypełnieniu przez nauczyciela Ankiety Podsumowującej placówki otrzymają z kolei Certyfikat i wzór Dyplomu dla uczniów.

Więcej przydatnych informacji dotyczących bezpieczeństwa w Internecie, na stronie akcji w [Strefie Rodzica](https://akademiapuchatka.pl/artykuly/) oraz w materiałach edukacyjnych.

**O programie**

„Akademia Bezpiecznego Puchatka” to ogólnopolski program edukacyjny skierowany do uczniów klas I szkół podstawowych. Obejmuje on tematykę związaną z bezpieczeństwem dzieci w różnych sferach życia. Program organizowany jest przez markę Puchatek we współpracy z Wydziałem Profilaktyki Społecznej Biura Prewencji KGP oraz Biura Ruchu Drogowego KGP. W ciągu czternastu edycji programu wzięło w nim udział ponad 3 miliony dzieci.

\_\_\_

**Kontakt do mediów:**

|  |
| --- |
| **Dorota Liszka**  Manager ds. Komunikacji Korporacyjnej i Public Affairs  e-mail: [d.liszka@maspex.com](mailto:d.liszka@maspex.com) tel.: (33) 870 82 04 |

**Zuzanna Kowalewska**

Project Manager

dotrelations

e-mail: [zuzanna.kowalewska@dotrelations.pl](mailto:zuzanna.kowalewska@dotrelations.pl)

tel.: 661 335 533

1. Badanie przeprowadzone przez Urząd Komunikacji Elektronicznej, 2023: <https://uke.gov.pl/blog/jak-mlodzi-uzytkownicy-korzystaja-z-uslug-telekomunikacyjnych-wyniki-badania-dzieci-i-rodzicow,70.html> [↑](#footnote-ref-1)
2. Dane za: Badanie Urzędu Komunikacji Elektronicznej. [↑](#footnote-ref-2)